



AUFNAHMEKRITERIEN zur **Ergänzungsprüfung der Studien Sport- und** **Bewegungswissenschaften und UF Bewegung und Sport**

S T U D E N T E N

Der sportmotorische Test gilt als positiv abgeschlossen, wenn die nachfolgenden erforderlichen Mindestleistungen erbracht worden sind. Aktuelle Sonderregelung siehe letzte Seite.

<u>GRUNDLAGENTEST</u>	<i>Erforderliche Mindestleistung</i>
Schwerballweitwurf (Ballgewicht 1 kg, Durchmesser ca. 12-13cm)	23 Meter
Weitsprung (5er Sprung Beginn beidbeinig re, li re, li beidbeinige Landung)	12 Meter
Sprint (30 Meter fliegend)	3,60 Sekunden
Klimmzüge (aus dem Streckhang)	8
Schnelligkeitsausdauer (1 x 70 m)	15,5 Sek.

The diagram illustrates three horizontal distances starting from a point labeled 'Start' on the left and ending at a point labeled 'Ziel' on the right. The top distance is marked as 6 m, the middle as 9 m, and the bottom as 20 m. Each distance is indicated by a double-headed arrow pointing from the 'Start' line to the 'Ziel' line.

<u>SCHWIMMEN</u>	<i>Erforderliche Mindestleistung</i>
Startsprung, 1 x 25m Brust, Brust-Wende, 1x25m Kraul	45 Sek.

<u>BODEN - GERÄTTURNEN</u>	
Boden:	Überschlag sw, Handstand abrollen, Sprungrolle, Rolle rw über den Handstand
Barren:	Stüttschwinge, Oberarmstand (abschw. od. abrollen), Fechterflanke
Sprung:	(Kasten lang), Sprunghocke
Reck:	Kippaufschwung, Hüftumschwung, Unterschwingung aus dem Stand

BALLSPIELE

VOLLEYBALL

Spiel 3 mit 3: Aufstellung im Dreieck (I+III = Feldverteidigung/Angriff; II = Zuspieler)
Start mit Service von unten; Gegenseite: 1. Kontakt: Bagger; 2. Kontakt: beidhändig frontales Zuspiel von oben; 3. Kontakt: oberes Zuspiel im Sprung (Tipp, Smash, Pritschen)

Rotation auf jeder Seite nach jeweils 2 Rallys (üblicherweise 3 Rotationen pro Team), bei Bedarf freies Spiel 3:3

Anforderungen an die Technik:

- a) Knotenpunkte (KP) Service von unten: paralleles Schwingen des Armes zum Oberschenkel
- b) KP für das untere Zuspiel (Bagger): Stopp, tiefe Grundposition (Schritt-Grätsch-Stellung), Heben und Spannen der Schultern, Ellbogenstreckung; +- Bewegung der Beine; Handfassung; Trefffläche: oberhalb der Handgelenke
- c) KP für das obere Zuspiel (Pritschen): Stopp; mittlere GP; +-Schritt-Grätschstellung; „Körperstellung“ der Hände; Daumen zeigen nach hinten; +- Bewegung der Beine; Trefffläche: Finger- und kurzer Handballenkontakt
- d) Tipp: mit Fingerballen
- e) Smash: im Stand: hoher Ellbogen, fixiertes/geklapptes Handgelenk
im Sprung: Anlaufrhythmus + s.o.

Anforderung an das Spielverhalten:

Grundverhalten Stopp; Netzlösung; Blicklösung; Kommunikation; Kooperation; Lösen der Positionsanforderungen mit adäquater Technik

FUßBALL

Zuspiel, bodenauf mit dem Spann

Gerades Ballführen, Pass gegen die Wand mit anschließender Ballannahme, Slalomdribbling mit Torschuss

Slalomdribbling auf Zeit (10 Stangen im Abstand von 2m hin und zurück 22sec)

HANDBALL

Sichere Ballannahme und genaues Abspiel in der Bewegung. Präziser scharfer Torwurf (Zielangabe; Schlagwurf)

BASKETBALL

1. Zweierkontakt nach Ballführen von der Mittellinie

Kriterien der Beurteilung: Dribbling im Lauf (Dribbling darf Lauf nicht beeinträchtigen); Zweierkontakt (richtige Schrittfolge, Körperstreckung während des Sprungs, einarmiger Wurf oder Korbleger, Dynamik der Ausführung)

2. „Give and go“ nach Pass von der Innenseite

Kriterien der Beurteilung: Passen (zielgerichtet), annehmen des Balles im Lauf (beidhändig), annehmen des Balles am richtigen Bein, Korrektur der auftretenden Schwierigkeiten (der Wurf ist unter allen Umständen durchzuführen)

Überprüfung des Rhythmusgefühls und der Koordination

GYMNASTIK

Reproduktion einer Bewegungsfolge MIT Handgerät Seil

im 4/4 Takt (1 Takt = 1,2,3,4)

Die gesamte Abfolge wird **2 mal ohne Pause** durchgetanzt!

- Takt 1: 2 beidbeinige Kreisschwünge vw neben dem Körper in Schlusstellung
1xr, 1xl
- Takt 2: Wiederholung Takt 1
- Takt 3: 4 Laufschrirte mit 2 Seildurchschlägen vw (je auf Schritt r)
- Takt 4: Wiederholung Takt 3
- Takt 5: 4 Schluss-Hüpfer am Ort mit je 1 Seildurchschlag vw
- Takt 6: 1 Hüpfen auf r mit Nachfedern (1 Durchschlag)
1 Hüpfen auf l mit Nachfedern (1 Durchschlag)
- Takt 7: 4 Laufschrirte vw mit 4 Seildurchschlägen (je 1 Durchschlag pro Schritt)
- Takt 8: 2 Schlusssprünge am Ort mit Nachfedern mit je 1 Seildurchschlag

Reproduktion einer Bewegungsfolge OHNE Handgerät

im 4/4 Takt (1 Takt = 1,2,3,4) je 2 Takte zusammengefasst: Zählzeiten 1 – 8

Die gesamte Abfolge wird **2 mal ohne Pause** durchgetanzt!

- Takt 1+2: 2 Schritte vw: re, li -1-2
Wechselschritt re diagonal -3+4
Wechselschritt li diagonal -5+6
Sprung mit ½ Drehung im Grätschstand
(Ballenstand) -7
Arme in Hochhalte
Pause (in gen. Haltung bleiben) -8
- Takt 3+4: Wiederholung Takt 1+2 in Gegentanzrichtung, jedoch statt Sprung in
den Grätschstand; Schlusssprung in die ½ Hocke; Arme in Tiefhalte,
Handflächen parallel zum Boden
- Takt 5+6: Federn am Ort: re seitwärts (r-l-r) -1+2
Federn am Ort: li seitwärts (l-r-l) -3+4
Wiederholung: r-l-r -5+6
Wiederholung: l-r-l -7+8
- Takt 7+8: 4 Laufschrirte rw mit Streckung des Spielbeins -1-4
4 Laufschrirte vw mit Anfersen
¼ Drehung nach re beim 1. Schritt
- Takt 9+10: Wiederholung der Takte 7+8
4 Laufschrirte re + ¼ Drehung nach re
beim 1. Schritt -1-4
4 Laufschrirte vw + ¼ Drehung -5-8
- Takt 11+12: 4 Hüpfen vw (hoher Hopslerlauf)
(¼ Drehung nach re beim 1. Hüpfen) -1-8
- Takt 13+14: 8 Hüpfen rw (kurzer Hopslerlauf) -1-3

SONDERREGELUNG AUFNAHME TROTZ „TEILWEISE ERFÜLLT“

Die Ergänzungsprüfung gilt als bestanden, wenn in **maximal einem Bereich** (Grundlagen, Schwimmen, Ballspiele, Gymnastik und Gerätturnen) **jeweils maximal ein Kriterium nur „teilweise erfüllt“** wurde.

Definition „teilweise erfüllt“ (männliche Teilnehmer)

GRUNDLAGEN	<i>Teilweise erfüllt</i>	<i>Erfüllt</i>
Schwerballwurf	22	23 Meter
Weitsprung 5er Hopp	11,80	12,00 Meter
30m Sprint fliegend	3,70	3,60 Sekunden
Klimmzüge	7	8
Pendellauf	15,7	15,5 Sekunden
SCHWIMMEN		
Gesamt (Kraul + Brust)	47 Sekunden	45 Sekunden
BALLSPIELE		
Fußball (Slalomdribbling auf Zeit)	23,0 Sekunden	22,0 Sekunden
Restliche Bereiche (Tanz/Gymnastik, Gerätturnen, Ballspiele)	Qualitative Beurteilung der Kriterien durch die jeweilige Prüfungskommission	

Institut für Bewegungswissenschaften, Sport und Gesundheit

Mozartgasse 14
8010 Graz

Telefon: 0316/380-8326

E-Mail: bewegungswissenschaften@uni-graz.at

Homepage: <https://bewegungswissenschaften.uni-graz.at/>